



SULASPRETTEN

SALTO konkurranse

Søndag 28.januar 2024

Sted: Sula il

Solevågshallen,

Eidsnesvegen 23, 6037 Eidsnes

Sula il Turngruppa inviterer til saltokonkurranse for lagene i Møre og Romsdal gymnastikk- og turnkrets.

Saltokonkurransen:

Det skal konkurreres i trampett, hopp og matte.

Aldersklasser:

Oppvisningsklasse: 8, 9, 10 år

Rekruttklasse jenter/gutter 11- 12 år Junior jenter/gutter 13 år og eldre.

Dette er en individuell konkurranse.

Apparatplan:

Hopp:

To alternativer:

1. Hopp med springbrett og kassedel
2. Hopp med springbrett og pegasus. (trinn 8-10) Det skal ikke brukes trampett i hopp.

Matte:

Alle trinn gjennomføres på tumblingbane.

Trampett:

Med tilløp og landing i tjukkas. Standard høyde på trampetten er 70 cm, og det skal ikke stilles på trampetten under trening og konkurranse.

Premiering:

Deltagerpremier til alle.

1.-3. premie i rekrutt- og juniorklassen.

Dommere:

Hver klubb stiller med en dommer. Saltoreglementet kan lastes ned på gymogturn.no

Lagleder:

Hvert lag stiller med minimum en lagleder, som sikrer gymnastene under trening og konkurranse. Lagleder skal være iført klubbens defileringsantrekk under konkurransen.

Tidsplan:

Hallen åpner kl 10.00.

Tidsplan kommer etter påmeldingsfristens utløp. Det blir muligens delt inn i flere puljer om det blir behov.

Under følger rekkefølger for gjennomføring:

- Oppvarming og trening
- Innmarsj og oppvisningsstart
- Premieutdeling oppvisningsklasse
- Oppvarming og trening i apparat for konkurranseklasse
- Innmarsj og konkurransestart
- Premieutdeling konkurranseklasse

Startkontingent kr 250,- pr deltager.

Betaling og påmelding sendes samlet for hver klubb.

Deltakerliste med navn og fødselsår sendes til sulaturnggruppe@sulail.no

Kontonummer: 3910.65.08104

Betalings/påmeldingsfrist 14. januar 2024

Spørsmål angående arrangementet henvendes til karenmolnes@hotmail.com

Mvh

Karen Havnegjerde

Sula il - turngruppa